

پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مکانیزم‌های دفاعی و خودتمایزسازی شناختی در

دانشجویان

مرتضی ترخان

استادیار روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور

(تاریخ وصول: ۹۳/۰۲/۲۷ - تاریخ پذیرش: ۹۷/۰۳/۰۹)

Predicting of Psychological Well-Being through Defence Mechanisms and Cognitive Self-Differentiation in Students

Morteza Tarkhan

Assistant Professor in Psychology Payam Noor University

(Received: May. 17, 2014 - Accepted: May. 30, 2018)

Abstract

Introduction: The Purpose of This Research was to Study the Relationship predicting of psychological well-being through defense mechanisms and cognitive self-differentiation in students. **Method:** The research method was correlation and sample of this research were 125 people of students that selected via simple randomization. The research materials were: Skowron and Friddlander Self-differentiation Questionnair, Andrews, Sing and Bond Defense Styles Questionnair and Ryff Psychological Well-being Questionnair. **Findings:** Multiple regression analysis with stepwise method and pearson correlation showed that cognitive self-differentiation %8/23, mature defence mechanism %5/53, Immature Defence mechanism %4/30, Neurotic Defence mechanism %4/12 and the generally %22/18 were explain of common variance (R^2) of psychological well-being of students. **Conclusion:** The findings of this research indicated in the encourage of other research results that cognitive self-differentiation, mature defence mechanism, immature defence mechanism and neurotic defence mechanism have basic role in psychological well-being of students.

Keywords: cognitive self-differentiation, psychological well-being, defence mechanisms (mature, immature, neurotic).

چکیده

مقدمه: این مطالعه به منظور پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مکانیزم‌های دفاعی و خودتمایزسازی شناختی دانشجویان انجام شده است. **روش:** روش این پژوهش از نوع همبستگی و نمونه این پژوهش ۱۲۵ نفر از دانشجویان بودند که از طریق روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزارهای این پژوهش عبارت است از پرسشنامه خودتمایزسازی شناختی اسکورون و فریدلندر، پرسشنامه مکانیزم‌های دفاعی آندروز، سینگ و باند و پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف؛ روش‌های آماری به کار رفته در پژوهش حاضر شامل تحلیل رگرسیون چندمتغیر به روش گام به گام و ضریب همبستگی پیرسون است. **یافته‌ها:** تحلیل نتایج نشان داد، خودتمایزسازی شناختی ۸/۲۳ درصد، مکانیزم دفاعی رشد یافته ۵/۵۳ درصد، مکانیزم دفاعی رشد نایافته ۴/۳۰ درصد و مکانیزم دفاعی روان‌آزرده ۴/۱۲ درصد و در کل ۲۲/۱۸ درصد واریانس مشترک (R^2) بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان را تبیین نمودند. **نتیجه‌گیری:** یافته‌های این پژوهش در همگرایی با یافته‌های تحقیقات دیگر نشان داد، خودتمایزسازی شناختی، مکانیزم دفاعی رشد یافته، مکانیزم دفاعی رشد نایافته و مکانیزم دفاعی روان‌آزرده در بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان نقش تعیین کننده‌ای دارند.

واژگان کلیدی: خودتمایزسازی شناختی، بهزیستی روان‌شناختی، مکانیزم‌های دفاعی (رشد یافته، رشد نایافته و روان‌آزرده).

Corresponding author: Mttmaster20@yahoo.com

مقدمه

هیجان‌های منفی مانند خشم، افسردگی و اضطراب را تجربه می‌کنند (داینر^۸ و سلینگمن^۹، ۲۰۰۵؛ داینر، ۲۰۰۶). واری‌هایی که در ارتباط بین بهزیستی روان‌شناختی با متغیرهای دیگر انجام گرفت، نشان می‌دهند بسیاری از متغیرها از جمله خودتمایزسازی شناختی^{۱۰} و مکانیزم‌های دفاعی^{۱۱} متغیرهای پیش‌بینی‌کننده بهزیستی روان‌شناختی افراد هستند. خودتمایزسازی شناختی یکی از مفاهیم اساسی دیدگاه بوئن و بیانگر استقلال شخصی همراه با صمیمیت بین فردی در مناسبات اجتماعی است (هیراس^{۱۲}، ۲۰۰۸). به بیان دیگر خودتمایزسازی شناختی، به منزله یک عامل پیش‌بینی‌کننده قوی در تنظیم هیجان‌ها، افکار و عواطف در ارتباطات بین فردی به‌ویژه در شرایط استرس‌انگیز اجتماعی شناخته می‌شود (شاپیرو^{۱۳}، اسکورون^{۱۴} و همکاران، ۲۰۱۰). کاوش‌های متعدد بیانگر این واقعیت است، افرادی که از خودتمایزسازی شناختی بالایی برخوردارند، در برابر رویدادهای زندگی به‌ویژه رخدادهای تهدیدکننده زندگی با حفظ پاسخ‌های مستقلانه، از رفتارهای انعطاف‌پذیرتری برخوردارند (نئواسکواندر^{۱۵}، ۲۰۱۰) عقاید مشخص و هویت مستقلی دارند و در روابط بین فردی بیشتر احساس رضایت می‌کنند و کمتر دچار پریشانی‌های

بی‌شک جوانان به‌ویژه دانشجویان سرمایه‌های بنیادی جامعه و عامل پیشرفت هر کشوری است و هرگونه توجه به بهزیستی روان‌شناختی^۱ و کیفیت زندگی آن‌ها قطعاً موجبات ترقی جامعه را فراهم می‌سازد (شکری و همکاران، ۱۳۸۶). در میان عوامل روان‌شناختی سلامت، بهزیستی روان‌شناختی اهمیت و جایگاه ویژه‌ای دارد. بهزیستی روان‌شناختی ترجمان تحقق قابلیت‌های وجودی و استعدادهای افراد در زمینه‌های مختلف زندگی است (دوران^۲، ۲۰۰۴). به دیگر سخن بهزیستی روان‌شناختی یکی از مفاهیم اساسی روان‌شناسی سلامت و بیانگر تلاش برای کمال و تحقق توانمندی‌های افراد و در برگزیده احساس انسجام، پیوستگی، تعادل عاطفی و شناختی است (وینستین^۳، بران^۴ و ریان^۵، ۲۰۰۹). به همین جهت سازمان بهداشت جهانی یکی از مؤلفه‌های انسان سالم را وجود بهزیستی روان‌شناختی بالا می‌داند (ولیوراس^۶ و بوسما^۷، ۲۰۰۵). تحقیقات متعددی که در ارتباط با بهزیستی روان‌شناختی انجام گرفته است و همگی بیانگر این واقعیتند که افرادی با بهزیستی روان‌شناختی بالا، اغلب هیجان‌های مثبت را تجربه می‌کنند، از روابط صمیمانه و کیفیت زندگی بالاتری برخوردارند و افرادی که از بهزیستی روان‌شناختی پایینی برخوردارند، عکس آن هستند. آن‌ها معمولاً

8. Diener
9. Seligman
10. Cognitive self-differentiation
11. Defense mechanisms
12. Heras
13. Shapiro
14. Skowron
15. Neuwander

1. Psychological well-being
2. Davern
3. Weinstein
4. Brown
5. Ryan
6. Vieloras
7. Bosma

نشان داد، خودتمایزسازی شناختی با میزان استرس ادراک شده و پریشانی روان‌شناختی همبستگی منفی دارد. به گونه‌ای افرادی که از خودتمایزسازی شناختی پایین‌تری برخوردارند، به علت استرس بالایی که دریافت می‌کنند، از بهزیستی روان‌شناختی پایین‌تری برخوردار هستند.

در کنار خودتمایزسازی شناختی از جمله متغیر دیگری که نقش اساسی در مفهوم‌پردازی اختلالات روانی و میزان بهزیستی روان‌شناختی افراد دارد، مکانیزم‌های دفاعی است. مکانیزم‌های دفاعی به‌عنوان فرایندهای تنظیم‌کننده رفتار، مانورهای کارآمد روان‌شناختی هستند که از افراد در برابر موقعیت‌های تهدیدکننده زندگی محافظت کرده و با بهزیستی روان‌شناختی افراد همبستگی بالایی دارند (کرامر^۷ و جونز^۸، ۲۰۰۷). در DSM مکانیزم‌های دفاعی به منزله مانورهای روان‌شناختی خودکاری تعریف شده‌اند که از افراد در مقابل اضطراب و رویدادهای استرس‌آفرین بیرونی و درونی حمایت می‌کنند و موجبات بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها را فراهم می‌سازند (مارتینی^۹، روما^{۱۰}، لینگاردی^{۱۱} و باند، ۲۰۰۴). تحقیقات نشان داده است، افراد در استفاده از مکانیزم‌های دفاعی تفاوت‌هایی دارند. به این تفاوت‌های منش شناختی، مکانیزم‌های دفاعی گفته می‌شود. (کان^{۱۲}، السون^{۱۳}، ۲۰۰۷). گرچه

روان‌شناختی می‌شوند (هولمن^۱، کینسفوجل^۲ و همکاران، ۲۰۱۱). این گونه افراد به علت خود - کترلی که در احساس، عواطف و افکار خود در ارتباطات اجتماعی دارند، از بهزیستی روان‌شناختی بالاتر برخوردار هستند (کاظمیان و دلاور، ۱۳۹۰). مثلاً کوناتس^۳، اسکورون^۴ و اسکوبار^۵ (۲۰۰۶) در تحقیقات خود نشان دادند، نوجوانانی که در روابط بین فردی کمتر از خودتمایزسازی شناختی برخوردارند، از بهزیستی روان‌شناختی کمتری برخوردار هستند. به گونه‌ای که این دسته از نوجوانان، اضطراب بالاتری دارند و در برابر رویدادهای استرس‌آفرین، نشانگان جسمی و روان‌شناختی بیشتری از خود نشان می‌دهند و گرایش بیشتری به مواد افیونی دارند. همچنین کاظمیان و دلاور (۱۳۹۰) طی تحقیقی نشان دادند، مردان متأهل خودنامتماز در مقایسه با مردان متأهل خودتمایز از اضطراب بالا و بهزیستی روان‌شناختی پایین‌تری برخوردارند و جهت کاهش اضطراب خود بیشتر دست به استعمال مواد مخدر می‌زنند. در همین راستا اسکورون (۲۰۰۹) در تحقیقی نشان داد، بزرگسالانی که در عرصه‌های مختلف زندگی از خودتمایزسازی شناختی بالاتر برخوردارند بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها بالاتر بوده و کمتر دچار خشم، اندوه و اضطراب می‌شوند. در همگرایی با تحقیقات فوق راجرز^۶ (۲۰۱۰) در تحقیق خود نشان

7. Cramer
8. Jones
9. Martini
10. Roma
11. Lingardi
1. Kown
2. Olson

1. Holemen
2. Kinsfogel
3. Knauth
4. Skowron
5. Escobar
6. Rogers

سلامت روانی و جسمانی بالاتری برخوردارند. در همین راستا افضلی (۱۳۸۸) در تحقیق خود مبرهن نمود، افراد مبتلا به اضطراب فراگیر، وسواس فکری - عملی و هراس اجتماعی در مقایسه با افراد عادی نه تنها از بهزیستی روان‌شناختی پایین‌تری برخوردارند بلکه بطور معناداری از مکانیزم‌های دفاعی رشدنا یافته و روان‌آزرده بیشتر استفاده می‌کنند. بلایا^{۱۲} و همکاران (۲۰۰۶) و ون^{۱۱} و همکاران (۲۰۰۹) در تحقیقات خود مبرهن نمودند، افراد مبتلا به اختلالات اضطرابی در مقایسه با افراد عادی بیشتر از مکانیزم‌های دفاعی رشدنا یافته و روان‌آزرده استفاده می‌کنند. به همین دلیل سلامت روانی آن‌ها پایین‌تر است. آفر^{۱۳} و همکاران (۲۰۱۰) در تحقیق خود بر روی نوجوانان نشان دادند، نوجوانی که از مکانیزم‌های دفاعی رشدنا یافته و بیمارگونه استفاده می‌کند، نه تنها در موقعیت‌های اجتماعی هیجان‌های منفی مانند غم، اندوه و اضطراب بیشتری را تجربه می‌کند بلکه از بهزیستی روان‌شناختی کمتری برخوردارند. در همگرایی با تحقیقات فوق دادستان (۱۳۸۷) در تحقیقی بر روی افراد خودشیفته نشان داد، اینگونه افراد از آنجا که در روابط بین‌فردی خود، بیشتر از مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده و رشدنا یافته استفاده می‌کنند از اضطراب و استرس بالا و بهزیستی روان‌شناختی پایین برخوردار هستند.

تاکنون تقسیم‌بندی‌های مختلفی از مکانیزم‌های دفاعی انجام شده است اما آندروز^۱ و باند^۲ (۱۹۹۳) (۱۹۹۳) ۲۰ مکانیزم دفاعی را در سه مکانیزم دفاعی رشدیافته^۳، رشد نایافته^۴ و روان‌آزرده^۵ تقسیم‌بندی بندی نمودند و در تحقیقات بالینی خود نشان دادند، بهزیستی روان‌شناختی افراد بطور معناداری با مکانیزم‌های دفاعی آن‌ها ارتباط دارد. به عبارت دیگر مکانیزم دفاعی رشدیافته به‌عنوان روش‌های مواجهه انطباقی، بهنجار و کارآمد محسوب می‌شوند. در حالی که مکانیزم‌های دفاعی رشد نایافته و روان‌آزرده، شیوه‌های مواجهه غیرانطباقی، ناکارآمد و مخرب هستند (دیکینسون و آشبای^۶؛ باند^۷ و پری^۸، ۲۰۰۴). دیگر کاوش‌هایی که در این راستا انجام شد، مبرهن نمود، افرادی که از مکانیزم‌های دفاعی رشدنا یافته و روان‌آزرده استفاده می‌کنند از بهزیستی روان‌شناختی پایین‌تری برخوردارند مثلاً محمدپور یزدی (۱۳۸۸) در تحقیق خود نشان داد، دانشجویانی که از مکانیزم‌های دفاعی رشدنا یافته و بیمارگونه استفاده می‌کنند، نه تنها از اضطراب بالاتری برخوردارند بلکه سلامت و بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها پایین است. همچنین وایلنت^۹ (۲۰۰۰) طی تحقیقی بیان داشت، افرادی که از مکانیزم‌های دفاعی سازش‌یافته استفاده می‌کنند از

3. Andrews
4. Bond
5. Mature
6. Immature
7. Neurotic
8. Ashby
9. Bond
10. Parry
11. Vaillant

12. Blaya
13. Ven
14. Affer

اینکه دانشجویان مورد نظر پرسشنامه‌های این پژوهش را تکمیل نمودند، داده‌های مورد لزوم، استخراج و از طریق برنامه آماری SPSS مورد پردازش قرار گرفت.

ابزارهای مورد استفاده در پژوهش: ابزارهایی که در این پژوهش به‌کار گرفته شد عبارتند از: ۱. پرسشنامه خودمتمایزسازی شناختی اسکورون و فریدلندر^۱ (۱۹۹۸). ۲. پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی شناختی ریف^۲ (۱۹۸۹). ۳. پرسشنامه مکانیزم‌های دفاعی آندروز، سینگ و باند^۳ (۱۹۹۳) بود.

پرسشنامه خودمتمایزسازی شناختی اسکورون و فریدلندر: پرسشنامه خودمتمایزسازی شناختی در سال ۱۹۹۸ توسط اسکورون و فریدلندر تدوین گردید و دارای ۴۵ سؤال است. پاسخ‌ها در یک مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (یک نمره) تا کاملاً موافقم (شش نمره) درجه‌بندی شده است. پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ توسط اسکورون و فریدلندر ۰/۸۸ گزارش شده است. در جمعیت ایرانی پایایی این پرسشنامه توسط جهان بخشی و کلانترکوشه (۱۳۹۱) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۹ گزارش شده است (جهانی فر، ۱۳۹۲).

پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف: این پرسشنامه در سال ۱۹۸۹ توسط کارول ریف تدوین گردید و دارای ۸۴ سؤال است. آزمودنی‌ها به

باتوجه به تحقیقات فوق و با توجه به اینکه هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه بین خودمتمایزسازی شناختی و مکانیزم‌های دفاعی با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان است، این تحقیق درصدد آزمون فرضیه‌های ذیل بوده است. ۱. بین خودمتمایزسازی شناختی و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد. ۲. بین مکانیزم دفاعی رشدیافته و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد. ۳. بین مکانیزم دفاعی رشد نیافته و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد. ۴. بین مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد.

روش

از آنجاکه هدف این پژوهش، پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان از طریق مکانیزم‌های دفاعی و خودمتمایزسازی شناختی بوده است، روش تحقیق این پژوهش از نوع همبستگی است. در این پژوهش متغیرهای خودمتمایزسازی شناختی و مکانیزم‌های دفاعی به‌عنوان متغیر پیش‌بین و متغیر بهزیستی روان‌شناختی به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شد. جامعه آماری این پژوهش ۲۸۱ نفر از دانشجویان دختر رشته فنی و مهندسی دانشگاه پیام نور واحد نوشهر بودند که با استفاده از جدول مورگان ۱۲۵ نفر بطور تصادفی ساده انتخاب و پس از اینکه در مورد هدف پژوهش کاملاً توجیه شدند، به پرسشنامه‌های این پژوهش پاسخ دادند. پس از

1. Skowron and Friedlander Self-differentiation Questionnaire
2. Ryff Psychological Well-being Questionnaire
3. Andrews & Sing and Bond Defense Mechanism Questionnaire

مرتضی ترخان: پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مکانیزم‌های دفاعی و خودمتمایزسازی شناختی در دانشجویان

دفاعی فرافکنی، پرخاشگری انفعالی، برون‌ریزی، جداسازی، بی‌ارزش‌سازی، خیال‌پردازی، انکار، جابجایی، گسستگی، دونیمه‌سازی، دلیل‌تراشی و جسمانی‌سازی) را مورد سنجش قرار می‌دهد. این پرسشنامه در ایران توسط حیدری نسب (۱۳۸۵) مورد بررسی و هنجاریابی قرار گرفت. ضریب پایایی این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ برای مکانیزم دفاعی رشدیافته (۰/۷۴)، روان‌آزرده (۰/۷۲) و رشد نیافته (۰/۷۴) در جمعیت ایرانی گزارش شده است (کجویی، فتحی آشتیانی و الهیاری، ۱۳۹۱).

یافته‌ها

جهت آزمون فرضیه‌های این پژوهش، نخست میانگین، انحراف معیار و ماتریس ضریب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ماتریس ضریب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	خودمتمایزسازی شناختی	مکانیزم دفاعی رشدیافته	مکانیزم دفاعی رشد نیافته	مکانیزم دفاعی روان‌آزرده	بهزیستی روان‌شناختی
خودمتمایزسازی شناختی	۱۵۶/۱۸	۱۸/۷۹	۱				
مکانیزم دفاعی رشدیافته	۱۰/۹۷	۲/۱۲	۰/۱۸۱**	۱			
مکانیزم دفاعی رشد نیافته	۱۱/۲۵	۱/۹۶	-۰/۲۰۵**	-۰/۱۸۴	۱		
مکانیزم دفاعی روان‌آزرده	۱۱/۵۱	۲/۲۰	-۰/۲۱۸**	-۰/۱۷۶**	۰/۰۹۰	۱	
بهزیستی روان‌شناختی	۳۲۴/۵۲	۴۱/۵۲	۰/۲۸۷	۰/۲۱۳**	-۰/۲۰۲**	-۰/۱۹۱**	۱

با توجه به جدول ۱ می‌توان گفت، همبستگی مثبت و معناداری بین خودمتمایزسازی شناختی و بهزیستی روان‌شناختی ($P < 0/01$ و $r = 0/287$) و بین مکانیزم دفاعی رشدیافته با بهزیستی روان‌شناختی ($P < 0/01$ و $r = 0/213$) و همبستگی منفی و معناداری بین مکانیزم دفاعی رشدیافته با بهزیستی روان‌شناختی و بین مکانیزم دفاعی روان‌آزرده با بهزیستی روان‌شناختی همبستگی منفی دانشجویان مورد مطالعه رابطه معناداری وجود دارد.

با توجه به جدول ۱ می‌توان گفت، همبستگی مثبت و معناداری بین خودمتمایزسازی شناختی و بهزیستی روان‌شناختی ($P < 0/01$ و $r = 0/287$) و بین مکانیزم دفاعی رشدیافته با بهزیستی روان‌شناختی ($P < 0/01$ و $r = 0/213$) و همبستگی منفی و معناداری بین مکانیزم دفاعی رشدیافته با بهزیستی روان‌شناختی و بین مکانیزم دفاعی روان‌آزرده با بهزیستی روان‌شناختی ($P < 0/10$ و $r = -0/202$) و بین مکانیزم دفاعی روان‌آزرده با بهزیستی روان‌شناختی ($r = -0/191$) وجود دارد.

جدول ۲. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق متغیرهای پیش‌بین

گام	متغیرهای پیش‌بین	ضریب همبستگی چندمتغیری	ضریب تعیین (R^2)	F آماره	سطح معناداری F آماره	بتا (β)	سطح معناداری بتا (Sig)
۱	خودمتمایزسازی شناختی	۰/۲۸۷	۸/۲۳	۲۶/۱۲	<۰/۰۰۱	۰/۳۲	$P < 0/001$
۲	مکانیزم دفاعی رشدیافته	۰/۳۷۱	۱۳/۷۶	۱۸/۱۵	<۰/۰۰۴	۰/۲۶	$P < 0/001$
۳	مکانیزم دفاعی رشدیافته	۰/۴۵۱	۱۸/۰۶	۱۵/۱۱	<۰/۰۰۴	-۰/۲۳	$P < 0/002$
۴	مکانیزم دفاعی روان‌آزرده	۰/۴۷۱	۲۲/۱۸	۱۴/۷۸	<۰/۰۰۳	-۰/۲۱	$P < 0/001$
							$P < 0/000$

همان‌طوری که جدول ۲ نشان می‌دهد، از بین متغیرهای پیش‌بین وارد شده به معادله تحلیل رگرسیون، بیشترین سطح معناداری را به ترتیب متغیرهای خودمتمایزسازی شناختی، مکانیزم دفاعی رشدیافته، مکانیزم دفاعی رشدیافته و مکانیزم دفاعی روان‌آزرده به خود اختصاص دادند. (R^2) متغیرهای پیش‌بین نشان می‌دهد، خودمتمایزسازی شناختی ۸/۲۳ درصد واریانس

بهبودی روان‌شناختی دانشجویان را تبیین نمود. ضریب مثبت بتای این متغیر (۰/۳۲) بیان می‌دارد، هرچه میزان خودمتمایزسازی شناختی افزایش یابد میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان نیز افزایش می‌یابد. با اضافه شدن متغیر مکانیزم دفاعی رشدیافته به معادله به میزان ۵/۵۳ درصد به قدرت تبیین مدل افزوده گردید ($8/23 + 5/53 = 13/76$). ضریب مثبت بتای متغیر مکانیزم دفاعی

مرتضی ترخان: پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مکانیزم‌های دفاعی و خودمتمایزسازی شناختی در دانشجویان

به میزان ۴/۱۲ درصد به قدرت تبیین مدل اضافه گردید (۴/۱۲=۱۸/۰۶-۲۲/۱۸). ضریب منفی بتای متغیر مکانیزم دفاعی روان‌آزرده (۰/۲۱-) نشان می‌دهد با افزایش مکانیزم دفاعی روان‌آزرده، میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان کاهش می‌یابد. در مجموع چهار متغیر پیش‌بین این پژوهش (خودمتمایزسازی شناختی، مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته، رشدنیافته و روان‌آزرده) به میزان ۲۲/۱۸ درصد واریانس متغیر بهزیستی روان‌شناختی را تبیین نمودند.

رشدیافته (۰/۲۶) نشان می‌دهد با افزایش مکانیزم دفاعی رشدیافته، میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان افزایش می‌یابد. با اضافه شدن متغیر سوم پیش‌بین یعنی مکانیزم دفاعی رشدنیافته به معادله به میزان ۴/۳۰ درصد به قدرت تبیین مدل اضافه شد (۴/۳۰=۱۳/۷۶-۱۸/۰۶) و ضریب منفی بتای این متغیر (۰/۲۳-) نشان می‌دهد، با افزایش مکانیزم دفاعی رشدنیافته، میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان کاهش می‌یابد و خلاصه اینکه با اضافه شدن متغیر پیش‌بین چهارم این پژوهش یعنی مکانیزم دفاعی روان‌آزرده به معادله

جدول ۳. آزمون معناداری فرضیه‌های مورد مطالعه

فرضیه‌ها	متغیر	بهزیستی روان‌شناختی	d.f	Tr	سطح معناداری
اول	خودمتمایزسازی شناختی	۰/۲۸۷	۱۲۳	۱۵/۱۷	۰/۰۰۵
دوم	مکانیزم دفاعی رشدیافته	۰/۲۱۳	۱۲۳	۷/۱۲	۰/۰۰۷
سوم	مکانیزم دفاعی رشدنیافته	-۰/۲۰۲	۱۲۳	۰/۰۷	۰/۰۰۱
چهارم	مکانیزم دفاعی روان‌آزرده	-۰/۱۹۱	۱۲۳	۵/۸۷	۰/۰۰۳

اطمینان بین مکانیزم دفاعی رشدیافته و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان رابطه معنادار مثبت وجود دارد و به عبارت دیگر با افزایش مکانیزم دفاعی رشدیافته میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان افزایش می‌یابد.

فرضیه سوم: با توجه به ضریب همبستگی (۰/۲۰۲-) و Tr محاسبه شده (۷/۰۷) با درجه آزادی ۱۲۳ و در سطح $P < ۰/۰۱$ با ۹۹ درصد اطمینان بین مکانیزم دفاعی رشدنیافته و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان رابطه معنادار منفی وجود دارد. به عبارت دیگر با افزایش مکانیزم دفاعی

فرضیه اول: با توجه به ضریب همبستگی (۰/۲۸۷) و Tr محاسبه شده (۱۵/۱۷) با درجه آزادی ۱۲۳ و در سطح $P < ۰/۰۱$ با ۹۹ درصد اطمینان بین خودمتمایزسازی شناختی و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان رابطه معنادار مثبت وجود دارد. به دیگر سخن هرچه میزان خودمتمایزسازی دانشجویان افزایش یابد میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان افزایش می‌یابد.

فرضیه دوم: با توجه به ضریب همبستگی (۰/۲۱۳) و Tr محاسبه شده (۷/۱۲) و با درجه آزادی ۱۲۳ و در سطح $P < ۰/۰۱$ با ۹۹ درصد

در بین متغیرهای پیش‌بین به ترتیب متغیرهای خودمتمایزسازی شناختی، مکانیزم دفاعی رشدیافته، مکانیزم دفاعی رشدنیافته و مکانیزم دفاعی روان‌آزرده هر یک سهمی از واریانس مشترک بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان را به خود اختصاص دادند. به بیان دیگر، خودمتمایزسازی شناختی ۸/۲۳ درصد، مکانیزم دفاعی رشدیافته ۵/۵۳ درصد، مکانیزم دفاعی رشدنیافته ۴/۳۰ درصد و مکانیزم دفاعی روان‌آزرده ۴/۱۲ درصد و در مجموع ۲۲/۱۸ درصد واریانس مشترک بهزیستی روان‌شناختی را به خود اختصاص دادند.

باتوجه به Tr محاسبه شده (۱۵/۱۷) فرضیه اول این پژوهش مبنی بر اینکه بین خودمتمایزسازی شناختی و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان رابطه وجود دارد، در این پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. این یافته با نتایج تحقیقات کوناتس، اسکورون، اسکوبار (۲۰۰۶)، نئواسکواندر (۲۰۱۰)، هولمن، کینسفوجل و همکاران (۲۰۱۱)، اسکورون (۲۰۰۰)، راجرز (۲۰۱۰) و کاظمیان و دلاور (۱۳۹۰) هم‌خوانی دارد. با توجه به نتایج تحقیقات فوق، در تبیین این فرضیه می‌توان گفت، دانشجویانی که از خودمتمایزسازی شناختی بالایی برخوردارند، در مناسبات اجتماعی به‌خصوص در موقعیت‌های بین‌فردی استرس‌آفرین از قدرت ابراز وجود بالایی برخوردارند. از لحاظ عاطفی به دیگران وابستگی شدیدی ندارند، در عین اینکه عقاید،

رشدنیافته میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان کاهش می‌یابد.

فرضیه چهارم: با توجه به ضریب همبستگی (۰/۱۹۱-) و Tr محاسبه شده (۵/۸۷) با درجه آزادی ۱۲۳ و در سطح $P < ۰/۰۱$ با ۹۹ درصد اطمینان بین مکانیزم دفاعی روان‌آزرده و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان رابطه معنادار منفی وجود دارد. به عبارت دیگر هرچه دانشجویان از مکانیزم دفاعی آزرده بیشتر استفاده نمایند، بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها کاهش می‌یابد.

نتیجه‌گیری و بحث

پژوهش حاضر با هدف تعیین توان پیش‌بینی متغیرهای خودمتمایزسازی شناختی و مکانیزم‌های دفاعی بر روی بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان انجام گرفت. جهت تعیین واریانس مشترک هر یک از متغیرهای پیش‌بینی بر روی متغیر ملاک، نخست ماتریس همبستگی دو متغیره و سپس تحلیل رگرسیون چند متغیری متغیرهای پژوهش محاسبه گردید. ضرایب همبستگی دو متغیره رابطه معنادار مثبت بین خودمتمایزسازی شناختی با بهزیستی روان‌شناختی (۰/۲۸۷) و بین مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته با بهزیستی روان‌شناختی (۰/۲۱) و رابطه معنادار منفی بین مکانیزم دفاعی رشدنیافته و بهزیستی روان‌شناختی (۰/۲۰۲-) و بین مکانیزم دفاعی روان‌آزرده با بهزیستی روان‌شناختی (۰/۱۹۱-) را نشان داد. تحلیل رگرسیون چندمتغیری نشان داد،

(۲۰۰۴) بر این باورند، افرادی که از خودتمایزسازی شناختی پایینی برخوردارند، از آنجاکه به شدت به تأیید و حمایت دیگران احساس نیاز می‌کنند و در تصمیم‌های خود تحت تأثیر اطرافیان و خویشاوندان خود قرار دارند، از بهزیستی و سلامت روانی پایین‌تری برخوردار هستند. در مجموع یافته این پژوهش در همگرایی با تحقیقات فوق نشان می‌دهد، دانشجویانی که از خودتمایزسازی شناختی بالایی برخوردارند در مقایسه با دانشجویانی که از خودتمایزسازی شناختی پایینی برخوردارند، از بهزیستی روان‌شناختی بالایی برخوردار هستند.

در رابطه با فرضیه دوم و سوم و چهارم این پژوهش مبنی بر رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با بهزیستی روان‌شناختی، مشخص گردید. بین مکانیزم دفاعی رشدیافته با بهزیستی روان‌شناختی رابطه معنادار مثبت و بین مکانیزم‌های دفاعی رشدنیافته و روان‌آزرده با بهزیستی روان‌شناختی رابطه معنادار منفی وجود دارد. این یافته با نتایج تحقیقات باند، پری (۲۰۰۴)، دیکینسون، آشبای (۲۰۰۵)، وایلنت (۲۰۰۰)، بلایا و همکاران (۲۰۰۶)، ون و همکاران (۲۰۰۹)، آفر و همکاران (۲۰۱۰)، دادستان (۱۳۸۷)، افضل‌لی (۱۳۸۸) همگرایی دارد. در تبیین فرضیه دوم، سوم و چهارم این پژوهش در همسویی با تحقیقات فوق می‌توان گفت، از آنجاکه استفاده از مکانیزم دفاعی رشدنیافته و روان‌آزرده منجر به تحریف واقعیت می‌شوند، از میزان آگاهی هشیارانه افراد کاسته و این مهم به نوبه خود امکان دفاع منطقی، مؤثر و

باور و افکار مشخص و روشنی دارند، از انعطاف‌پذیری رفتاری بالایی برخوردار هستند. نه تنها اشتباهات خود را می‌پذیرند بلکه سعی دارند از اشتباهات خود عبرت گرفته و درصدد جبران آن برآیند. به علت پختگی و بلوغ عاطفی و اجتماعی که دارند، به راحتی با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند بدون اینکه از به هم خوردن حد و مرزها احساس فشار نمایند. بر هیجان‌های خود آگاهی دارند و قادر به سنجش متفکرانه موقعیت‌ها هستند و بالاخره به دور از هرگونه طغیان و آشوب عاطفی در اخذ تصمیمات و داوری استقلال بیشتری از خود نشان می‌دهند. به همین جهت در موقعیت‌های درون فردی و بین فردی از بهزیستی روان‌شناختی بالایی برخوردار هستند. برعکس دانشجویانی که از خودتمایزسازی شناختی پایینی برخوردارند، خیلی سریع تصمیم می‌گیرند، کنترلی بر هیجان به‌ویژه هیجان‌های منفی خود ندارند. به شدت به دیگران وابسته هستند، هویت تعریف شده و مشخصی از خود ندارند. از رهاشدگی با افراد مهم زندگی وحشت دارند، فردیت و هویت خود را فدای کسب اطمینان و حمایت از سوی دیگران می‌کنند و از آنجاکه در روابط اجتماعی بیشتر دچار پریشانی روان‌شناختی می‌شوند و نشانگان بیماری‌های جسمی و روان‌شناختی بیشتری نشان می‌دهند، از بهزیستی روان‌شناختی پایینی برخوردار هستند. در این راستا اسکورون و دندی^۱

1. Dandy

همکاران (۲۰۰۴)، کریمر^۲ (۲۰۰۲) بر این باورند، مکانیزم دفاعی رشدیافته مانند سیستم‌های ایمنی بدن، اغلب به‌طور غیرارادی همواره در حال فعالیت و محافظت از سیستم روانی افراد هستند و با پالودن دردهای هیجانی، موجبات بهزیستی روان‌شناختی بالای افراد را فراهم می‌سازند. به‌طور کلی این پژوهش در همگرایی با تحقیقات دیگر بیانگر این واقعیت است، خودمتمایزسازی شناختی پایین و مکانیزم‌های دفاعی رشدنیافته و روان‌آزرده به علت ناکارآمد بودن آن‌ها در موقعیت بین فردی، موجب پریشانی هیجانی و درماندگی افراد می‌شوند و چنانچه این مهم در موقعیت‌های مختلف زندگی به مدت طولانی وجود داشته باشد، از آنجاکه موجب کاهش احساس تسلط بر محیط و تحریف واقعیت می‌شوند، سلامت و بهزیستی روان‌شناختی افراد را تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهند. از طرف دیگر خودمتمایزسازی شناختی بالا و مکانیزم دفاعی رشدیافته به علت ماهیت سازش‌یافتگی و عملکرد مثبتی که دارند، موجب کاهش ستیزه‌درونی و بالطبع موجب افزایش بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان می‌شوند.

لذا با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان گفت، بکارگیری مکانیزم‌های دفاعی رشدنیافته و روان‌آزرده و وجود خودمتمایزسازی شناختی پایین در زمینه‌های مختلف یکی از مشکلات مهمی است که دانشجویان عزیز با آن مواجه هستند. این

توان کسب بینش و جستجو در خویشتن را از افراد سلب کرده و موجبات پریشانی روان‌شناختی آن‌ها را فراهم می‌سازد مثلاً فردی که از مکانیزم دفاعی انکار استفاده می‌کند، مشکلات خود را نادیده می‌گیرد و یا وانمود می‌کند که اصلاً مشکلی وجود ندارد و حتی ممکن است خودش را سرگرم کارهای دیگر کند تا درباره مشکل خود نیندیشد. در مکانیزم دفاعی فرافکنی از آنجاکه فرد تمایلات ناپسند خود را به دیگران نسبت می‌دهد، بی دلیل و غیرمنطقی به دیگران حمله می‌کند. در واقع در مکانیزم دفاعی رشد نیافته و روان‌آزرده، خویشتن فرد از طریق تحریف برخی از جنبه‌های رویدادهای استرس‌آفرین یا پیامدهایش محافظت می‌شود. این مهم نه تنها منجر به سازگاری فرد نمی‌شود بلکه قدرت مواجهه مطلوب با موقعیت‌های استرس‌آفرین را از فرد سلب کرده و موجبات درماندگی روانی را برای فرد فراهم می‌سازد. اما در مکانیزم دفاعی رشدیافته نه تنها هیچگونه تحریف شناختی صورت نمی‌گیرد بلکه منجر به عمل سازنده می‌شود مثلاً مکانیزم دفاعی طنز از آنجاکه به فرد اجازه می‌دهد تا واقعیت یک ناکامی را بپذیرد، تهدید ادراک شده از ناکامی را کاهش می‌دهد. به همین جهت روانکاوان بر این باورند، مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته "تقلای ناهشیار انگیخته" شده‌ای است که هیجان دردناک و ستیزه‌درونی را به حداقل و هیجان لذت‌بخش را به حداکثر می‌رساند. در این زمینه مارتینی^۱ و

2. Cramer

1. Martini

مرتضی ترخان: پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مکانیزم‌های دفاعی و خودمتمایزسازی شناختی در دانشجویان

نمونه پژوهشی اشاره نمود. از آنجاکه نمونه این پژوهش را دانشجویان تشکیل دادند، قطعاً این گروه از لحاظ شناختی، فرهنگی، اجتماعی، گروه خاص منظور می‌شوند. بنابراین در تعمیم یافته‌های این پژوهش به جامعه بزرگتر و عام باید جانب احتیاط را رعایت نمود.

در خاتمه از دانشجویان تحت مطالعه به خاطر همکاری آن‌ها در اجرا و تکمیل پرسشنامه‌های این پژوهش تشکر و قدردانی می‌شود.

مهم نه تنها موجبات مشکلات بین فردی می‌شود بلکه بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان را تحت الشعاع خود قرار می‌دهد. بنابراین آموزش مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته، ابراز وجود منطقی، خودمتمایزسازی شناختی بالا به منظور افزایش بهزیستی روان‌شناختی، می‌تواند یکی از برنامه‌های متولیان و درمانگران هسته‌های مشاوره و برنامه‌های فرهنگی و فوق برنامه دانشجویان در دانشگاه‌های کشور باشد.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به نوع

منابع

دفاعی در انواع شخصیت خود - دوست‌دار. یک همبستگی بنیادی». فصلنامه روان‌شناسان ایرانی. سال پنجم، شماره ۱۸، ص ۱۰۹-۹۹.

- شکری، ا؛ تاجیک، ع. ا؛ دانشجوپور، ز؛ عنایتی، ز. و دستجردی، ر (۱۳۸۶). «بهزیستی روان‌شناختی». مجله تازه‌های علوم شناختی، سال ۵، شماره ۳، بهار ۱۳۸۶.

- کچویبی، م؛ فتحی آشتیانی، ع. و الهیاری، ع. ع (۱۳۹۱). «رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دفاعی با نشانه‌های اختلال خوردن در دانشجویان». مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی. سال ۱۳، شماره ۲.

- کاظمیان، س. و دلاور، ع (۱۳۹۰). «بررسی رابطه بین تمایز یافتگی با میزان تمایل به اعتیاد در مردان متأهل». فصلنامه نظم امنیت و نظامی. سال چهارم و دوره چهارم.

- افضل‌ی، م. ح (۱۳۸۸). «بررسی سبک‌ها و مکانیزم‌های دفاعی افراد مبتلا به اختلال وسواس - بی‌اختیاری، اختلال اضطراب تعمیم‌یافته و اختلال هراس اجتماعی». مجله روان‌شناسی بالینی، سال اول شماره ۸ ص ۹۳-۷۹.

- بیانی، ع. ا؛ محمد کوچکی، ع. و بیانی، ع (۱۳۸۷). «روایی و پایایی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف». مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی، سال ۱۴، شماره ۲، ۱۵۱-۱۴۶.

- جهانی فر، ب (۱۳۹۲). «رابطه بین تمایز یافتگی من و هیجان‌خواهی با نگرش مثبت به بزهکاری در دانش‌آموزان متوسطه شهر لاهیجان». پایان نامه چاپ نشده کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن.

- دادستان، پ (۱۳۸۷). «سبک‌های مکانیزم‌های

در دانشجویان مبتلا به اختلال». *مجله اصول بهداشت روانی*، سال یازدهم شماره ۱ ص ۱۴-۷.

- Andrews, G.; Singh, M. & Bond, M. (1993). "The Defense Style Questionnaire". *Journal of Nervous and Mental Disorder*. 18(1), 246-256.
- Blaya, C.; Domelles, M.; Kipper, L.; Heldt, L.; Bond, M. & Manfro, G. G. (2006). "Do Defense Mechanisms Vary According to the Psychiatric Disorder?" *American Journal of Psychiatry*. 28(3), 179-183.
- Bond, M. & Parry, J. C. (2004). "Long-term Changes in Defense Styles with Psychodynamic Psychotherapy for Depressive, Anxiety, and Personality Disorders". *American Journal of Psychiatry*. 161, 1665-1671.
- Cramer, P. (2002). "Defense Mechanisms in Psychology Today". *Journal of American Psychologists*, 55(6), 637-646.
- Cramer, P. & Jones, J. C. (2007). "Defense Mechanisms Predict Differential Life Span Change in Self-control and Self-acceptual". *Journal of Personality Research*. 41(4), 841-855.
- Davern, M. T. (2004). *Subjective Well-being as an Affective Construct*. Deakin University, U.S.A.
- Dickinson, W. L. & Ashby, J. S. (2005). "Multidimensional Perfectionism and ego Defense". *Journal of College, Student Psychotherapy*. 19(3). 41-54.
- Diener, E. & Seligman, M. E. (2005). "Beyond Money. Toward an Economy of Well-being". *Psychological Science in the Public Interest*. 5(1), 1-31.

- محمودپور یزدی، ا. ر (۱۳۸۸). «مطالعه مورد - شاهدهی سبک‌های دفاعی و اضطراب حالت صفت

- Diener, E. (2006). *Guidelines for National Indicators of Subjective Well-being and Well-being*. Springer Science Business Media. The International Society for Quality of Life Studies.
- Heleman, V. T.; Kinsfogel, M. K. & Kalat, J. W. (2010). *Cross-cultural Investigation of Emotion Differentiation and Relationship Quality*. North Carolina State University.
- Heras, J. E. (2008). *A Clinical Application of Bowen Family Systems Theory*. www.thebowncenter.org
- Knauth, D. G.; Skowron, E. A. & Escobar, M. (2006). "Effect of Differentiation of Self on Adolescent Risk Behavior. Test of Theoretical Model". *Journal of Nursing Research*. 55(5). 336-345.
- Kwon, P. & Olson, M. L. (2007). "Ruminational Depressive Symptoms. Moderation Role of Defense Style Immaturity. Personality and Individual Differences". *Journal of Personality*. 67(4), 645-658.
- Martini, P.; Roma, P. S.; Lingiardi, V. & Bond, M. (2004). "Italian Version of the Defense Style Questionnaire". *Comprehensive Psychiatry*, 45(6). 483-494.
- Neuenchwander, L. (2010). "Attachment and intimacy. Mediating Effects of Self-differentiation". *Journal of Social Research*. 7, 117-125.

- Offer, R.; Lavier, E.; Gothelf, D. & Apter, A. (2010). "Defense Mechanisms, Negative Emotions and Psychology in Adolescent Inpatients". *Journal of Comprehensive Psychiatry*. 41(1), 35-41.
- Rogers, K. (2010). *Evaluation of Guided Visualizations and the Relationships among Perceived Stress, Differentiation of Self, Sense of Coherence Dyadic Satisfaction and Quality of Life*. Thesis of Master, Science in Marriage and Family Therapy University of Nevada. Lasvegas.
- Shapiro, M.; Skowron, E.; Chair, C.; Arnett, P.; Locke, B. & Pay, W. (2010). *A Explanation of Neurophysiological and Cognitive Processes Associated with Differentiation of Self*. Thesis (PH.D) Pennsylvania State University.
- Skowron, E. A. (2009). "Longitudinal Perspective on Differentiation of Self and Interpersonal of Psychological Well-being in Young Adulthood". *Journal of Counseling Psychology*. 31(3), 229-237.
- Skowron, E. A. & Dendy, A. K. (2004). "Differentiation of Self and Attachment in Adulthood: Relational Correlated of Effortful Control". *Journal of Contemporary Family Therapy*. 26(3):337-357.
- Valillant, G. E. (2000). "Ego Mechanisms of Defense and Personality Psychopathology". *Journal of Abnormal Psychology*. (77), 55-63.
- Van, H. L.; Dekker, J.; Peen, J.; Abraham, R. E. & Schoevers, R. (2009). "Predictive Value of Self-reported and Observer Rated Defense Style in Depression Treatment". *American Journal of Psychotherapy*. 63(1), 25-39.
- Vleivoras, G. & Bosma, A. H. (2005). "Are Identity Style Important for Psychological Well-being?" *Journal of Adolescent*. (28)397-409.
- Weinstein, N.; Brown, K. W. & Ryan, R. M. (2009). "A Multi-method Examination of the Effects of Mindfulness on Stress Attribution, Coping and Emotional Well-being". *Journal of Research in Personality*. 43, 374-385.